



五中だより

令和 5 年 9 月 1 日
小平市立小平第五中学校
校長 伊藤 克行
小平市小川町 1 - 7 9 8

うまくいかないことを「受け入れる」こと

副校長 石神 晋哉

皆さんが生きている世界は今、「VUCA 時代」と呼ばれる大きな変化の時を迎えています。これは、Volatility (変動性)、Uncertainty (不確実性)、Complexity (複雑性)、Ambiguity (あいまいさ) の頭文字をとったもので、あらゆることが複雑性を増し、想定外の事が次々と発生するため、将来の予測が困難で、不確実であいまいな時代であることを表しています。



こういう時代を生きていかなければならない皆さんにはどんな力が求められるのでしょうか。これまでと同様に学力やコミュニケーション力が求められることはもちろんですが、それ以上に私は「受け入れる力」が大切だと考えています。ものすごい速さで変化していく価値観や考え方を受け入れるだけでなく、努力してもうまくいかないときに、その状況を前向きに「受け入れる力」がこの時代を生き抜く鍵になるように思います。

このような時代においては、これまでの経験で得たことが通用しなかったり、以前うまくいった時と同じことをしてもうまくいかなかったり、これまでに出会ったことのないような難しい課題に直面したりすることでしょう。私自身も、教員になって23年目になりますが、これまでと同じようにやろうとしてもうまくいかないことが多くなってきていることを実感しています。コロナ禍において、社会の仕組みや価値観、考え方が大きく変わったことも大きいと思います。

人は誰でも、うまくいかないことや、失敗している自分、弱い自分を受け入れることには抵抗があるものです。しかし、うまくいかない状況や失敗している自分、不安定な自分や弱い自分に対して「良い」「悪い」の判断を下さずにありのままに受け止め、客観的に見てみることで、今本当に必要なことや、自分が求めている感情に気が付くことができるのではないのでしょうか。

以前、あるALTの先生に好きな日本語をたずねると、「しょうがない」だと言っていたことを思い出します。つらいときにこの言葉を思い出すとんだかほっとするのだそうです。この「しょうがない」という言葉、聞きようによってはどこか投げやりで、すべてをあきらめてしまっているような印象も受けますが、私たちが生きていく中で困難に直面しているときは、自分の力ではどうにもならないことで悩んだり落ち込んだりしていることが意外と多いものです。そんなときに、今の自分の状態をありのままに前向きに「しょうがない」と受け入れることは、無力な状況から立ち直り、次に向かって進んでいくために必要な第一歩であるように思います。

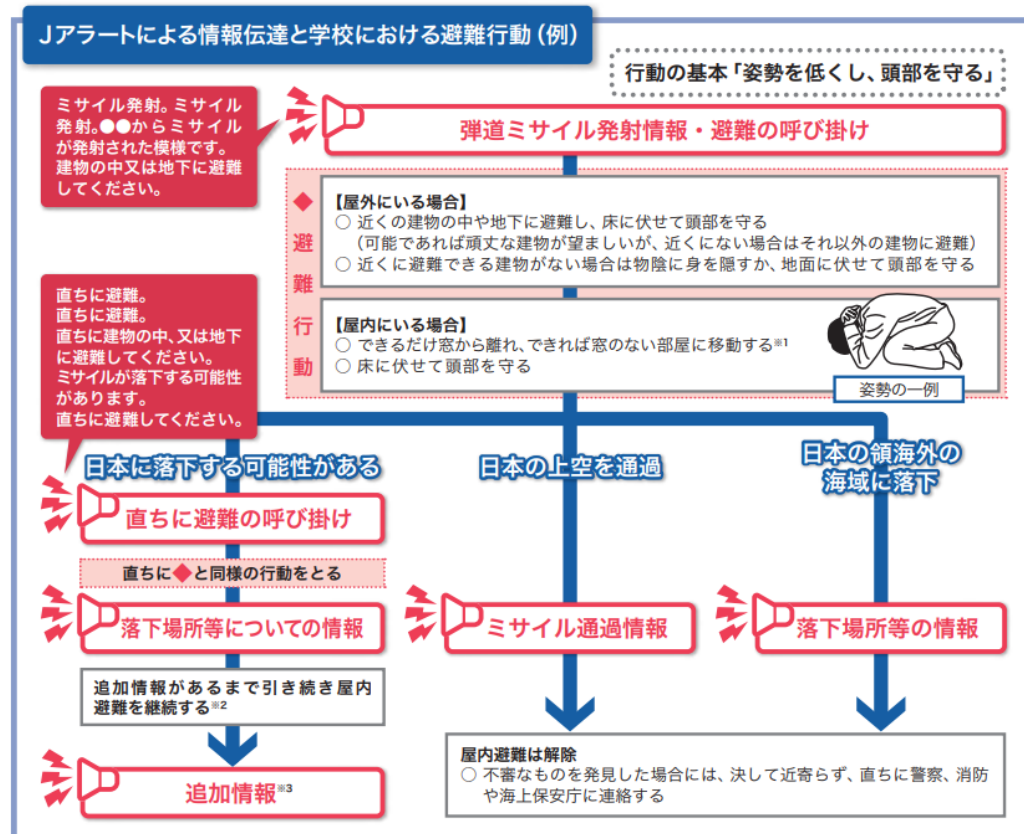
VUCA 時代を生き抜くために、うまくいかないことをありのままに受け入れて立ち直り、次に向かって進む逞しさを身に付けていってほしいと思います。

防災の日

本日9月1日は「防災の日」です。国民が防災や災害についての知識を高めることを目的に、1960年に制定されました。この「防災の日」を含む1週間を防災週間といい、防災に関する講演会や展示会等の開催、防災訓練の実施、防災功労者の表彰などが、国や全国の地方団体によって行われます。ちなみに「防災の日」が9月1日なのは、始業式で校長先生がお話したように、関東大震災が大正12（1923）年9月1日に発生したことで、9月1日ごろが、台風が多いと古くから言い伝えられている「二百十日」にあたることに由来しています。

「防災の日」は、災害時の被害を最小限にとどめるために日頃からできることを確認しよう、という防災啓発運動の日です。年に一度のこの機会に、改めて災害時の行動や家族内での決めごとを確認しておきましょう。

また、私たちを取り巻く環境は日々変化しており、近年では自然災害だけでなく、弾道ミサイル発射等の新たな脅威も生まれています。以下にJアラートを通じて緊急情報が発信された際の避難行動についてまとめてありますので、確認してください。



文部科学省「学校の危機管理マニュアル作成の手引き」より抜粋

＜弾道ミサイル発射情報・避難の呼び掛けがあった際の基本的な対応＞

屋内にいる場合	屋外（校庭等）にいる場合
● できるだけ窓から離れ、できれば窓のない部屋・廊下等へ移動 ● カバンなどで頭部を守る、机の下にもぐるなどして、低い姿勢で身を伏せる	● できるだけ頑丈な建物（校舎など）の中に入る ● 建物内に避難する余裕のない場合は、物陰に身を隠す、又は地面に身を伏せて頭部を守る
【付近にミサイルが落下した場合】	
● 換気扇を止める、窓に目張りをするなど室内を密閉する	● 口・鼻をハンカチ等で覆い、密閉性の高い建物の中、又は風上方向へ避難